

Министерство образования Самарской области
Юго-Западное управление

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа № 10
имени Героя России Сергея Анатольевича Хихина
городского округа Чапаевск Самарской области

РАССМОТРЕНО

Председатель МО
классных руководителей

_____ М.А.Артюхина

Протокол № 1
от «29» августа 2025 г.

ПРОВЕРЕНО

Зам. директора по ВР

_____ М.А. Артюхина

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГБОУ СОШ № 10
г.о. Чапаевск

_____ Н.В. Пылева

Приказ №
от «29» августа 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«Камертон»

для обучающихся 5-7 классов

г. о. Чапаевск, 2025 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность и назначение программы

Мы живем в эпоху, полную противоречий. Никто не может сказать с уверенностью, что, даже успешно окончив школу, он сможет работать в той области, которая его привлекает и которая соответствует полученному им образованию. Рынок труда стал придирчивым. Для многих уже нет на нем места, а те, кто получает возможность работать, должны быть не только квалифицированными специалистами в своей области, но и обладать рядом совершенно новых социальных навыков: они должны уметь общаться с самыми разными категориями людей, быть способными работать в команде, заинтересовывать и мотивировать других.

Школа должна стать противовесом обществу, молящемуся на технологии и проповедующему всеобщее потребление. Она призвана возвращать терпимость и уважение к другим и помогать детям видеть смысл и настоящие ценности жизни. Школа должна стать адвокатом для детей при всем многообразии и сложности их характеров, указать детям пути, вступив на которые, они научатся жить ответственно и развивать в себе самостоятельность и независимость.

Многие педагоги считают, что детям сейчас в школе приходится тяжелее, чем раньше. У большинства родителей хватает своих личных трудностей. В результате разводов все большее число детей живет с одним из родителей. Дети сейчас иначе общаются друг с другом. И для многих из них все труднее становится нормально взаимодействовать друг с другом. Они не понимают и не учитывают индивидуальных особенностей других людей, все меньше говорят о действительно существенных и важных для них проблемах, обмениваясь лишь формальными и поверхностными замечаниями, им с трудом удастся внимательно слушать других.

Большинству обучающихся школы необходимо овладевать психологическим комплексом знаний на уровне самопознания, самопонимания и понимания других людей. Это необходимо для успешной самореализации в обществе.

Самопознание начинается в очень раннем детстве, но тогда имеет совершенно особые формы и содержание. Сначала ребенок учится отделять себя от физического

мира - он пока не знает, что относится к его телу, а что - нет. Позднее он начинает осознавать себя уже в другом смысле - как члена социальной микрогруппы. Наконец, в возрасте подростковом начинается осознание "духовного Я" - своих психических способностей, характера, нравственных качеств. В жизни подростка этот процесс начинается с вопросов: "каков я?", "что во мне не так?", "каким я должен быть?". Именно в этом возрасте начинает формироваться "идеальное Я" (= > Сверх-Я) - осознанный личный идеал, сопоставление с коим часто вызывает недовольство собой и стремление себя изменить. С этого начинается самосовершенствование.

Познание самого себя – важнейшая составляющая образования. «Познавший себя человек – гуманен» (А. Маслоу). Ему принадлежит мысль: «Школа должна помочь ребенку заглянуть в самого себя и определить набор ценностей, согласующийся с его неповторимой человеческой сущностью». Познавший себя человек способен жить по-человечески в изменяющемся мире. Поэтому возникает вопрос: как можно организовать познание человеком себя в процессе обучения? Этот вопрос особенно важен для подростков, которые только входят во взрослую жизнь. Процесс взаимодействия личности подростка и образовательной среды основной школы очень важен, потому что в результате этого взаимодействия устанавливается оптимальное соответствие, с одной стороны, возможностей, склонностей, интересов, знаний, умений и навыков подростка, полученных на предыдущих этапах обучения, воспитания и развития, с другой стороны, условий образовательной системы. При этом приоритетным результатом взаимодействия мы считаем обогащение субъектного опыта ребенка, развитие его индивидуальности, его Я - образа. В Я - образ школьника мы включаем все познавательные, эмоциональные, волевые функции ученика и одновременно его субъектное видение образа мира, самого себя и его самопонимание.

Поэтому наряду с передачей знаний задачей школы является и подготовка детей к самостоятельной жизни, их правильная социализация. В ходе занятий ребята должны научиться общаться, сохраняя хорошие отношения с другими людьми, решать конфликты, слушать и понимать других, следуя при этом собственным внутренним знаниям и желаниям. Обучающимся необходимо научиться работать в

коллективе, плодотворно сотрудничая с самыми разными людьми для того, чтобы добиться успехов в самых различных жизненных ситуациях.

Мы знаем, что именно в подростковом возрасте возрастает риск употребления ПАВ, если у человека нет возможности разрешить свои внутренние и внешние проблемы. Поэтому столь актуальна была потребность в ведении в школе программы внеурочной деятельности «Камертон» на 2 ступени обучения (5-6 классы) в рамках социального направления.

Данная программа состоит из трех блоков: 1 блок (5 класс) «Я – это я» (автор Т.Н.Пивцова), 2 блок (6 класс) «Шаг навстречу» (автор Т.Н.Пивцова), 3 блок (7 класс) «Наедине с самим собой» (автор Т.Н. Пивцова). Все занятия имеют общую гибкую структуру, которая была разработана с учетом возрастных особенностей подростков.

Цели и задачи изучения курса внеурочной деятельности «Камертон»

1 блок: «Я – это Я» (автор Т.Н.Пивцова) для обучающихся 5 классов

Цель: активизация внутренних резервов младших подростков, способствующих успешному освоению нового социального опыта в период адаптации в среднем звене школы и сохранению психологического здоровья.

Задачи:

- формировать у обучающихся общее представление о психологических знаниях, об их роли и значении в жизни человека;
- стимулировать стремление школьников к познанию самих себя, мотивации к саморазвитию, адекватному пониманию других людей;
- формировать у обучающихся положительный Я - образ, адекватную самооценку;
- научить младших подростков способам и приемам психологической саморегуляции;
- развивать социальные и коммуникативные умения младших подростков, необходимые для эффективного взаимодействия в группе.

2 блок: «Шаг навстречу» (авторы Т.Н.Пивцова, Л.Г.Мацалова) для обучающихся 6 классов

Цель: формирование у подростков навыков эффективной адаптации в обществе через развитие черт толерантной личности, воспитание чутких и ответственных граждан, открытых восприятию других людей, способных ценить свободу, уважать человеческие достоинства и индивидуальность.

Задачи:

- развивать у обучающихся интерес к проблеме толерантности;
- актуализировать, стимулировать потребность к самовоспитанию толерантности, мотивации к самосовершенствованию и формированию у себя терпимости к окружающим людям;
- развивать способность к толерантному общению, к конструктивному взаимодействию с представителями социума независимо от их принадлежности и мировоззрения, снижение напряженности во взаимоотношениях со сверстника и взрослыми;
- формировать уважение и признание к себе и к людям;
- организовать общение между обучающимися, ориентируясь на гуманное отношение в любых обстоятельствах, создать атмосферу ненасилия и безопасного взаимодействия в детском коллективе;
- включить подростков в социально значимую деятельность, позволяющую им реализовать потребность в признании окружающих, проявить свои лучшие качества и способности.

3 блок: «Наедине с самим собой» (автор Т.Н.Пивцова) для обучающихся 7 классов

Цель: активизация внутренних резервов подростков, стимуляция адаптационных механизмов через обращение к внутренним ресурсам, способствующих успешному освоению социального опыта в период подросткового кризиса, сохранению психологического здоровья и всестороннему личностному развитию.

Задачи:

- стимулировать стремление подростков к познанию самих себя, своего эмоционального мира, адекватному пониманию других людей и человеческих отношений, мотивировать к самосовершенствованию и формированию уважения к окружающим людям;
- актуализировать, стимулировать потребность к формированию у обучающихся ценности здоровья, создавать условия для профилактики вредных привычек;
- помочь обучающимся пережить трудности подросткового возраста, чтобы избежать отклонений в поведении и проблем в обучении;
- помочь подросткам овладеть приемами психологической саморегуляции, активизировать их внутренние ресурсы;
- формировать у подростков общее представление о психологических знаниях, о их роли и значении в жизни человека;
- организовать общение между обучающимися, ориентируясь на гуманное отношение в любых обстоятельствах, создать атмосферу ненасилия и безопасного взаимодействия в коллективе.

Место курса внеурочной деятельности «Камертон» в учебном плане

В соответствии с планом внеурочной деятельности ГБОУ СОШ № 10 г.о. Чапаевск курс «Камертон» реализует социальное направление, предназначен для обучающихся 5 -7 классов. Программа рассчитана на 3 учебных года, включает в себя 102 часа внеурочной деятельности. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся 5-7 класса. Программа построена на основании современных научных представлений о физиологическом, психологическом развитии ребенка этого возраста, раскрывает особенности физического, психологического и социального здоровья.

Взаимосвязь с программой воспитания

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом рекомендаций программы воспитания. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на социальное, но и на нравственное, интеллектуальное развитие обучающихся. Это проявляется:

- в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших своё отражение и конкретизацию в примерной программе воспитания;
- в возможности включения школьников в деятельность, организуемую образовательной организацией в рамках модуля социального направления программы воспитания;
- в интерактивных формах занятий для школьников, обеспечивающих большую их вовлечённость в совместную с педагогом и другими детьми деятельность и возможность образования на её основе детско-взрослых общностей, ключевое значение которых для воспитания подчёркивается программой воспитания.

Особенности работы педагога по программе внеурочной деятельности

«Камертон»

Предлагаемый курс рассчитан на подростков, соответственно, программа строится с учетом их возрастных интересов. Ребятам предлагаются такие темы, которые могут быть важны для них в силу возрастных особенностей развития, например, взаимоотношения со сверстниками и с окружающими людьми, отношения в семье, контроль собственной раздражительности, застенчивость и неуверенность в себе, пути решения конфликтов и т.п. Соответствующая информация и формы занятий сочетаются таким образом, чтобы элементарные теоретические положения обучающиеся сразу могли испытать и отработать на практике.

Занятия позволяют проводить психопрофилактическую работу не только с детьми «группы психолого-педагогического риска», но и с теми, кто не попадает в

поле пристального внимания учителей или школьного психолога. Благодаря этому появляется возможность предложить детям «информацию к размышлению» по тем темам, которые могут быть для них актуальными.

При проведении занятий используются следующие методические приемы:

- устный или анкетный опрос для выявления запроса и спектра интересующих учащихся проблем в рамках предлагаемой темы урока;
- «универсализация» подростковых трудностей через использование проективных форм;
- обращение к личному опыту учащихся в процессе работы над темой;
- тестирование, социально-ролевые, деловые и развивающие игры, соответствующие изучаемым темам, рефлексия результатов урока, анонимное обращение учащихся к собственным затруднениям;
- контроль «уровня достижений» в виде заданий, выполнение которых показывает включенность изучаемого материала в «поле опыта» учащихся.

Работа по данной программе не предусматривает теоретической подготовки подростков, а ориентирована на обращение к тем проблемам, причем только в недирективной форме, которые могут быть важными для них в силу их возрастных особенностей.

Ребятам предлагаются такие темы, которые могут быть важны для них в силу возрастных особенностей развития, отражают личные проблемы детей данного возраста, поэтому они могут использоваться для всех школьников данного возраста в качестве профилактики неблагоприятных процессов. Соответствующая информация и формы занятий сочетаются таким образом, чтобы элементарные теоретические положения учащиеся сразу могли испытать и отработать на практике. В конце каждого блока проводится урок-обобщение.

В структуре занятий можно выделить следующие этапы:

1. Приветствие - разминка, которое создает у детей психологический настрой на предстоящее занятие.
2. Выполнение упражнений, игр, арт-терапевтических методик, работа со сказкой, направленных на введение детей в тематику занятия, на поиск путей решения заявленной проблемы.

3. Обсуждение, предполагающее отреагирование упражнения на эмоциональном и рациональном уровнях.

4. Подведение итогов занятия, целью которого является рефлексия, создание комфортного климата в коллективе.

Если человек не захочет заняться своей душой сам, никакие психологические программы не будут эффективны. Чтобы подростки заинтересовались, занятия должны быть привлекательными. Именно поэтому структурными компонентами занятий являются разнообразные формы психологического просвещения в естественном сочетании и взаимосвязи с игрой, деятельностью, творчеством, тестами, творческими заданиями, упражнениями по самоанализу, нравственной оценке и другими формами включения учащегося в сферу анализа и осмысления себя и своей жизни.

При проведении занятий рекомендуется использовать следующие методические приемы:

- Психологическая информация. Изучение некоторых важных для этого возраста психологических понятий способствует углублению самосознания, стимулирует подростка к размышлению о себе. Кроме того, такая форма подачи материала придает занятию сходство с уроком — привычной для ученика формой деятельности, а, следовательно, позволяет тревожным подросткам чувствовать себя в безопасности, воспринимать ситуацию как подконтрольную. Детям, склонным скрывать свой внутренний мир от окружающих, такая работа позволяет избегать прямых высказываний о себе, но в то же время обсуждение нередко сопровождается серьезной внутренней работой. Необходимость ведения записей в тетради позволяет улучшить дисциплину на занятии, а также дает возможность вернуться к ранее рассмотренным вопросам.

- Беседа. Подростки делятся на пары, каждой из которых нужно организовать диалог на разные темы из роли взрослых, обращаясь друг к другу по имени-отчеству. Примерные темы: «Как надо воспитывать детей», «Как быть, если ребенок не хочет учить уроки».

- Дискуссия. Этот метод позволяет реализовать принцип субъект-субъектного взаимодействия, выявить различные точки зрения на какую-либо проблему.

•Арт-терапия. Этот метод позволяет воздействовать на ребенка посредством искусства. Благодаря этому методу расширяются возможности самопознания и самовыражения детей. Учащиеся создают продукты, объективирующие в себе чувства и переживания. Существует возможность более успешно реализовать свою способность к самостоятельному решению имеющихся психологических проблем. В рамках занятий используется рисование карандашами и красками, работа с фольгой, с бумагой.

•Сказкотерапия. Используя метафорические ресурсы сказки, данный метод позволяет стать самими собой, построить особые доверительные, близкие отношения с окружающими. Сказочная метафора в силу присущих ей особых свойств оказывается способом построения взаимопонимания между людьми. Подросток имеет возможность манипулировать сценарием, направлять ход событий в определенном направлении, а значит влиять на свое настроение, навыки самоконтроля.

•Ролевые методы. Ролевые методы предполагают принятие подростком ролей, различных по содержанию и статусу; проигрывание не обычных ролей; проигрывание своей роли в гротескном, то есть усиленном варианте. В ролевых ситуациях учащиеся сталкиваются с теми случаями, которые характерны для их реальной (и значимой для них) деятельности, и ставятся перед необходимостью изменить свои установки. Тем самым создаются условия для формирования новых, более эффективных коммуникативных навыков.

•Коммуникативные игры. Коммуникативные игры направлены на формирование у подростка умения увидеть в другом человеке его достоинства, способствуют углублению осознания сферы общения, обучают умению сотрудничать.

•Игры, направленные на развитие воображения. Их можно разделить на две группы: вербальные и невербальные игры. В вербальных играх подростки придумывают окончание к той или иной необычной ситуации, либо все вместе сочиняют сказки или подбирают различные ассоциации к какому-либо слову. Невербальные игры предполагают изображение подростками по-разному «как

можно интереснее» того или иного живого существа или неживого предмета, то есть несколько.

- Задания на формирование «эмоциональной грамотности». Эти задания предполагают обучение распознаванию эмоциональных состояний по мимике, жестам, голосу; умению принимать во внимание чувства другого человека в конфликтных ситуациях.

- Задания на развитие самосознания. Упражнения данной группы направлены на создание условий для изменения "образа-Я", расширения представлений о себе и своих связях с окружающим миром, на формирование положительной установки по отношению к самому себе.

Такое сочетание методических средств и приемов предполагает объединение знаний, чувств и поведения ребенка в единый процесс его приобщения к психологической культуре.

В ходе реализации программы необходимо использовать только безопасные техники и приемы, т.к. занятия являются универсальными и проводятся с широким кругом учащихся данного возраста.

Работа по данной программе не предусматривает теоретической подготовки подростков, а ориентирована на обращение к тем проблемам, причем только в недирективной форме, которые могут быть важными для них в силу их возрастных особенностей, на оказание помощи ребенку в поиске ответа на интересующие его вопросы.

Курс занятий доступен всем обучающимся, игры и психологические упражнения помогают ребятам лучше узнать себя и других, добиться успехов в различных жизненных ситуациях.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «КАМЕРТОН»

Настоящая Программа чётко ориентирована на выполнение требований, устанавливаемых ФГОС к результатам освоения основной образовательной программы (личностные, метапредметные и предметные), которые должны демонстрировать обучающиеся по завершении обучения в основной школе.

Личностные результаты достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения. Способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности и проявляются в индивидуальных социально значимых качествах, которые выражаются прежде всего в готовности обучающихся к саморазвитию, самостоятельности, инициативе и личностному самоопределению; осмысленному ведению здорового и безопасного образа жизни и соблюдению правил экологического поведения; к целенаправленной социально значимой деятельности; принятию внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, к окружающим людям и к жизни в целом.

Гражданское воспитание:

готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей;

активное участие в жизни семьи, организации, местного сообщества, родного края, страны;

неприятие любых форм экстремизма, дискриминации;

понимание роли различных социальных институтов в жизни человека;

представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе;

представление о способах противодействия коррупции; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении; готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней);

сформированность активной жизненной позиции, знание и понимание роли государства в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств, неприятие любых форм экстремизма, дискриминации, формирование веротерпимости,

уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, развитие способности к конструктивному диалогу с другими людьми.

Духовно-нравственное воспитание:

ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;

готовность оценивать своё поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков;

активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства;

развитие ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключающего употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесение иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих;

формирование личности безопасного типа, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности других людей.

Эстетическое воспитание:

формирование гармоничной личности, развитие способности воспринимать, ценить и создавать прекрасное в повседневной жизни.

Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:

ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);

осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья;

соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде;

способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;

умение принимать себя и других, не осуждая;

умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, уметь управлять собственным эмоциональным состоянием;

сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

Трудовое воспитание:

установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность;

интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания;

осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого;

готовность адаптироваться в профессиональной среде; уважение к труду и результатам трудовой деятельности;

осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей;

Экологическое воспитание:

ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды; п

овышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения;

активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;

осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной среды;

Метапредметные результаты характеризуют сформированность у обучающихся межпредметных понятий (используются в нескольких предметных областях и позволяют связывать знания из различных дисциплин в целостную научную картину мира) и универсальных учебных действий (познавательные, коммуникативные, регулятивные); способность их использовать в учебной,

познавательной и социальной практике. Выражаются в готовности к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории; овладению навыками работы с информацией: восприятие и создание информационных текстов в различных форматах, в том числе в цифровой среде.

Базовые логические действия:

выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений);
устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;
с учётом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях;
предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;
выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;
выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов;
делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;
самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учётом самостоятельно выделенных критериев).

Базовые исследовательские действия:

формулировать проблемные вопросы, отражающие несоответствие между рассматриваемым и наиболее благоприятным состоянием объекта (явления) повседневной жизни;
обобщать, анализировать и оценивать получаемую информацию, выдвигать гипотезы, аргументировать свою точку зрения, делать обоснованные выводы по результатам исследования;
проводить (принимать участие) небольшое самостоятельное исследование заданного объекта (явления), устанавливать причинно-следственные связи;

прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, а также выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах.

Работа с информацией:

применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учётом предложенной учебной задачи и заданных критериев;

выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;

находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;

самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями;

оценивать надёжность информации по критериям, предложенным педагогическим работником или сформулированным самостоятельно;

эффективно запоминать и систематизировать информацию.

Овладение системой универсальных познавательных действий обеспечивает сформированность когнитивных навыков обучающихся.

Овладение универсальными коммуникативными действиями

Общение:

уверенно высказывать свою точку зрения в устной и письменной речи, выражать эмоции в соответствии с форматом и целями общения, определять предпосылки возникновения конфликтных ситуаций и выстраивать грамотное общение для их смягчения;

распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков и намерения других, уважительно, в корректной форме формулировать свои взгляды;

сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;

в ходе общения задавать вопросы и выдавать ответы по существу решаемой учебной задачи, обнаруживать различие и сходство позиций других участников диалога;

публично представлять результаты решения учебной задачи, самостоятельно выбирать наиболее целесообразный формат выступления и готовить различные презентационные материалы.

Совместная деятельность (сотрудничество):

понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной учебной задачи;

планировать организацию совместной деятельности (распределять роли и понимать свою роль, принимать правила учебного взаимодействия, обсуждать процесс и результат совместной работы, подчиняться, выделять общую точку зрения, договариваться о результатах);

определять свои действия и действия партнёра, которые помогали или затрудняли нахождение общего решения, оценивать качество своего вклада в общий продукт по заданным участниками группы критериям, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчёта перед группой.

Овладение системой универсальных коммуникативных действий обеспечивает сформированность социальных навыков и эмоционального интеллекта обучающихся.

Овладение универсальными учебными регулятивными действиями

Самоорганизация:

выявлять проблемные вопросы, требующие решения в жизненных и учебных ситуациях;

аргументированно определять оптимальный вариант принятия решений, самостоятельно составлять алгоритм (часть алгоритма) и способ решения учебной задачи с учётом собственных возможностей и имеющихся ресурсов;

составлять план действий, находить необходимые ресурсы для его выполнения, при необходимости корректировать предложенный алгоритм, брать ответственность за принятое решение.

Самоконтроль (рефлексия):

давать адекватную оценку ситуации, предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, и вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств;

объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретённому опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;

оценивать соответствие результата цели и условиям.

Овладение системой универсальных учебных регулятивных действий обеспечивает формирование смысловых установок личности (внутренняя позиция личности) и жизненных навыков личности (управления собой, самодисциплины, устойчивого поведения)

Предметные результаты

Занятия помогут обучающимся осознать свою индивидуальность, свои ценности и установить приоритеты, стать более терпимыми, гибкими, внимательными, чувствовать себя менее одинокими, научиться жить среди людей и испытывать положительные эмоции. Кроме того, ребята получают знания по вопросам психологии, которые пригодятся им в дальнейшей жизни.

Основа подобных занятий — это обучение подростков жизненно важным навыкам, психосоциальной компетентности: способности индивида к сохранению состояния психического благополучия и его проявлению в гибком и адекватном поведении при взаимодействии с внешним миром. Включение подростков в такие занятия будет способствовать не только развитию представлений о своем Я, сохранению психологического здоровья, но и повышению учебной мотивации, работоспособности, снизит риск наркомании и алкоголизации.

Занятия помогут обучающимся осознать свою индивидуальность, свои ценности и установить приоритеты, стать более терпимыми, гибкими, внимательными, чувствовать себя менее одинокими, научиться жить среди людей и испытывать положительные эмоции. Кроме того, ребята получают знания по вопросам психологии, которые пригодятся им в дальнейшей жизни.

Предполагаемый результат педагогической деятельности –
самоактуализирующаяся личность, которой присущи:

принятие себя и других людей таких, какие они есть;

установление доброжелательных отношений с окружающими;

способность к глубокому пониманию жизни;

активное восприятие действительности и способность хорошо в ней
ориентироваться;

развитие творческих способностей;

умение полагаться на свой опыт, разум и чувства;

способность брать на себя ответственность;

приложение усилий для достижения поставленных целей.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«КАМЕРТОН»

1 блок «Я – это Я»

5 класс

Раздел 1. Введение. Мир психологии (1 час)

Раздел 2. Тайна моего Я (5 часов)

Кто такой «Я»? Я не такой, как все! Познай себя. Урок-обобщение.

Раздел 3. Сотвори свой мир (3 часа)

Мои эмоции. Чувства бывают разные. Урок-обобщение.

Раздел 4. Я и Ты (8 часов)

Я и мои друзья. Одноклассник, приятель, друг. Мальчик и девочка. Разговор
взглядов. Дружба начинается с улыбки. Без друзей меня чуть-чуть. Урок-
обобщение.

Раздел 5. Этот странный взрослый мир (4 часа)

Если бы не было взрослых. Моя семья. Урок мудрости. Урок – обобщение.

Раздел 6. Добрыми делами славен человек (6 часов)

Что такое доброта? Истоки доброты. Без добрых дел нет доброго имени. Торопись
обрадовать. Урок – обобщение.

Раздел 7. Я меняюсь (6 часов)

Мое настоящее и будущее. Мои внутренние резервы. Зачем человеку меняться? Чтобы быть понятым. Скажи себе сам. Урок-обобщение.

Раздел 8. Заключение. В согласии с самим собой (1 час)

2 блок «Шаг навстречу»

6 класс

Раздел 1. Толерантность: что это? (1 час)

Раздел 2. Толерантность: путь к миру и согласию (4 часа)

Важна ли толерантность в наше время? Толерантная и интолерантная личность. Принципы толерантного поведения. Границы толерантности.

Раздел 3. Я и мои сверстники: премудрости общения (14 часов)

Ты, да я, да мы с тобой. Мальчики + девочки = ... Болото стереотипов. Как и почему начинаются ссоры? Основы бесконфликтного общения. Как помириться после ссоры.

Легко ли быть настоящим другом. Все мы разные. И на солнце есть пятна. Грани сходства. Учимся договариваться. Имею право. Сделай счастье своими руками.

Раздел 4. Отцы и дети (4 часа)

История моей фамилии. Ищу свои корни. Семейная реликвия. Диалог в семье.

Раздел 5. Учимся сочувствию (4 часа)

Отношение к людям с ограниченными возможностями. Умей принять. Все мы похожи и непохожи. Аллея доброты.

Раздел 6. Разные миры (3 часа)

Разноцветный мир. Культура разных народов. Мы разные, но мы – Россия.

Раздел 7. Толерантность как образ жизни (3 часа)

О милосердии. Воспитание толерантности. Толерантность: мой выбор.

Раздел 8. Заключение (1 час)

Я строю добрый мир

3 блок «Наедине с самим собой»

7 класс

Раздел 1. Введение. Это «трудный» возраст (1 час)

Раздел 2. Мир эмоций (7 часов)

Я и мои чувства. Учимся узнавать эмоции. О пользе и вреде эмоций. Путешествие в «Страну Чувств». Чувства, которые мы скрываем. Урок – обобщение.

Раздел 3. Чувства бывают разные (6 часов)

Мои страхи. Злость и агрессия. Что делать со злостью? Как пережить обиду? Урок-обобщение.

Раздел 4. Поговорим об эмпатии (5 часов)

Что такое эмпатия? Зачем нужна эмпатия? Можно ли развить эмпатию? Урок-обобщение.

Раздел 5. Как выражать свои чувства? (5 часов)

Способы выражения чувств. «Я – высказывания». Учимся говорить комплименты. Урок-обобщение.

Раздел 6. Заключение (1 час)

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 класс

№	Тема занятия	Количество часов			Виды, формы контроля	Формы деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Теоретические	Практические			
1.	Мир психологии	1	0,5	0,5			
2.	Тайна моего Я	5	1,25	3,75			

2.1.	Кто такой «Я»?	2	0,5	1,5	Тестирование Рефлексия	Учебный диалог «Кто такой Я?». Рисунок в тетради «Мой портрет в лучах солнца». Рассказ «Чем мое солнышко отличается от других?»	Хухлаева. Тропинка к своему Я. http://www.suminiyuliya.ru/dokument_sait/knigi/Psikhologicheskie_risunochnye_testy_dlya_detey_i_vzroslykh.pdf психологические рисуночные тесты для детей и взрослых
2.2.	Я не такой, как все!	1	0,25	0,75	Рефлексия	Учебный диалог «Чем мы отличаемся от других людей? Хорошо это или плохо?». Упражнение «Снежинка». Анализ упражнения. Ответы на вопросы: почему у всех получились разные снежинки?	Хухлаева. Тропинка к своему Я.
2.3.	Познай себя.	1	0,25	0,75	Рефлексия Творческая работа	Беседа о том, зачем надо изучать себя. Упражнение «Мой мир». Анализ упражнения. Творческая	Хухлаева. Тропинка к своему Я.

						работа в тетради «Я».	
2.4.	Урок-обобщение	1	0,25	0,75	Тестирование Творческая работа	Вылепить из пластилина «Мое Я». Рассказ о своей скульптуре. Проведение теста.	https://iqclub.ru/tests тесты для детей
3.	Сотвори свой мир	3	0,75	2,25			
3.1.	Мои эмоции	1	0,25	0,75	Рефлексия	Учебный диалог об эмоциях. Ответы на вопросы: Что такое эмоции? Зачем нужны эмоции? Всегда ли их нужно показывать? Упражнение «Мое настроение».	Хухлаева. Тропинка к своему Я.
3.2.	Чувства бывают разные	1	0,25	0,75	Рисунок	Учебный диалог о разнообразии эмоций и чувств. Работа с картинками. Рисунок «Чувства бывают разные». Анализ рисунка.	Хухлаева. Тропинка к своему Я.

3.3.	Урок-обобщение	1	0,25	0,75	Тестирование Творческая работа	Подведение итогов темы. Задания на формирование «эмоциональной грамотности». Рисуночный тест. Творческая групповая работа «Чувства моих одноклассников ».	http://www.sumina-yuliya.ru/dokument_sait/knigi/Psikhologicheskie_risunochnye_testy_dlya_detey_i_vzroslykh.pdf
4.	Я и Ты	8	2	6			
4.1.	Я и мои друзья	1	0,25	0,75	Рисунок Рефлексия	Беседа о друзьях. Ответы на вопрос: зачем нам нужны друзья? Обсуждение правил дружбы. Рисунок в тетради: Знаки дружбы.	Хухлаева. Тропинка к своему Я.
4.2.	Одноклассник, приятель, друг	1	0,25	0,75	Рефлексия	Обсуждение понятий: одноклассник, приятель, друг. Рисование схемы в тетради. Продолжить неоконченные предложения:	Хухлаева. Тропинка к своему Я.

						Мой друг... Мне нравится вместе с другом...	
4.3.	Мальчик и девочка.	1	0,25	0,75	Таблица	Учебный диалог о взаимоотношен иях мальчиков и девочек. Заполнение таблицы (по группам). Анализ таблиц. Упражнение «Комплименты» .	https://coollib.com/b/265611-alina-goldnikova-horoshie-maneryi-v-risunkah-i-primerah/readp?p=1 Хорошие манеры в рисунках и примерах [Алина Гольдникова]
4.4.	Разговор взглядов.	2	0,5	1,5	Рефлексия	Учебный диалог об общении людей, о роли невербального общения. Упражнение «Паутина дружбы». Обсуждение упражнения. Рисунок в парах «Пойми меня». Анализ рисунка.	https://dumspb.ru/files/files/gruppovaja_splochenost_igry.pdf Фопель. Психологические игры и упражнения.
4.5.	Дружба начинается с улыбки	1	0,25	0,75	Коллаж	Упражнения «Улыбка другу», «Любящий взгляд». Создание	https://dumspb.ru/files/files/gruppovaja_splochenost_igry.pdf Фопель. Психологические игры и упражнения.

						коллажа в группах «Увлечения мои друзей».	
4.6.	Без друзей меня чуть-чуть.	1	0,25	0,75	Рефлексия	Учебный диалог: «Друзья в моей жизни». Обсуждение и анализ проблемных ситуаций.	Хухлаева. Тропинка к своему Я.
4.7.	Урок-обобщение	1	0,25	0,75	Тестирование	Подведение результатов темы. Психологическая информация. Проведение социометрии.	https://iqclub.ru/tests тесты для детей
5.	Этот странный взрослый мир.	4	1,25	2,75			
5.1.	Если бы не было взрослых	1	0,25	0,75	Творческая работа	Учебный диалог о роли взрослых в жизни детей. Творческая групповая работа: написать сказку «Если бы не было взрослых». Чтение и обсуждение сказок.	Хухлаева. Тропинка к своему Я.
5.2.	Моя семья	1	0,25	0,75	Рефлексия Практическая	Учебный диалог «Моя семья».	Хухлаева. Тропинка к своему Я.

					работа	Размышления детей о своей семье. Рассказ в тетради о своей семье.	
5.3.	Урок мудрости	1	0,25	0,75	Рефлексия	Учебный диалог о старших членах семьи. Обсуждение ситуаций. Упражнение «Подарки».	https://coollib.com/b/265611-alina-goldnikova-horoshie-maneryi-v-risunkah-i-primerah/readp?p=1 Хорошие манеры в рисунках и примерах [Алина Гольдникова]
5.4.	Урок – обобщение.	1	0,5	0,5	Рисуночный тест	Подведение итогов темы. Работа в группах с понятиями, терминами. Проведение рисуночного теста.	https://dumspb.ru/files/files/gruppovaja_splochennost_igry.pdf Фопель. Психологические игры и упражнения.
6.	Добрыми делами славен человек	6	1,5	4,5			
6.1.	Что такое доброта?	1	0,25	0,75	Творческая работа	Учебный диалог о том, что такое доброта. Творческая работа в парах: рисунок «Доброта». Анализ рисунков.	Хухлаева. Тропинка к своему Я.
6.2.	Истоки доброты	1	0,25	0,75	Рефлексия	Учебный диалог	Хухлаева. Тропинка

						о том, надо ли совершать добрые поступки. Решение проблемных ситуаций. Работа в группах: решение психологических примеров.	к своему Я.
6.3.	Без добрых дел нет доброго имени.	1	0,25	0,75	Таблица	Обсуждение примеров добрых дел. Размышления детей о том, какие добрые дела они совершают ежедневно. Заполнение таблицы «Мои добрые дела»	https://coollib.com/b/265611-alina-goldnikova-horoshie-maneryi-v-risunkah-i-primerah/readp?p=1 Хорошие манеры в рисунках и примерах [Алина Гольдникова]
6.4.	Торопись обрадовать	2	0,5	1,5	Рефлексия	Упражнение «Торопись обрадовать». Анализ упражнения. Работа со сказкой.	«Сказкотерапия для всех» (http://www.lumara.ru/)
6.5.	Урок – обобщение	1	0,25	0,75	Тестирование	Подведение итогов темы. Проведение теста.	https://psytests.org/tag/s/kids.html тесты для детей и подростков

7.	Я меняюсь	6	1,5	4,5			
7.1.	Мое настоящее и будущее	1	0,25	0,75	Рисунки	Беседа о настоящем и будущем. Рисунки «Я сегодня», «Я в будущем». Анализ рисунков	Хухлаева. Тропинка к своему Я.
7.2.	Мои внутренние резервы	1	0,25	0,75	Рефлексия	Учебный диалог о трудной ситуации. Анализ ситуаций, которые дети считают трудными. Упражнение «Сундучок резервов». Ответ на вопрос: Как разрешить трудную ситуацию?	Хухлаева. Тропинка к своему Я.
7.3.	Зачем человеку меняться?	1	0,25	0,75	Рисунок Практическая работа	Упражнение «Победи своего дракона»: рисунок дракона, сказка о том, как победить дракона. Обсуждение,	https://dumspb.ru/files/files/gruppovaja_splochnost_igry.pdf Фопель. Психологические игры и упражнения.

						какие отрицательные черты характера есть в тебе и как их исправить.	
7.4.	Чтобы быть понятым	1	0,25	0,75	Творческая работа	Учебный диалог «Секреты общения». Упражнение «Аплодисменты». Упражнение «Цена улыбки».	
7.5.	Скажи себе сам	1	0,25	0,75	Рефлексия	Головоломка – расшифровать поговорку про общение. Упражнение «Мой круг общения». Игра «Стыковка». Обсуждение игры.	https://coollib.com/b/265611-alina-goldnikova-horoshie-maneryi-v-risunkah-i-primerah/readp?p=1 Хорошие манеры в рисунках и примерах [Алина Гольдникова]
7.6.	Урок-обобщение	1	0,25	0,75	Тестирование	Подведение итогов темы. Работа со сказкой. Проведение тестирования.	https://psytests.org/tags/kids.html тесты для детей и подростков «Сказкотерапия для всех» (http://www.lumara.ru/)
8.	Заключение. В согласии с самим собой.	1	0,25	0,75	Творческая работа	Подведение итогов работы по программе за год. Творческая	Хухлаева. Тропинка к своему Я.

						работа в группах: коллаж «Я + Я=МЫ»	
	Итого	34	9	25			

6 класс

№ п/п	Тема	Количество часов			Форма контроля	Формы деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Теоретические	Практические			
1.	Введение. Толерантность: что это?	1	0,25	0,75	Тестирование	Беседа о том, что такое толерантность, какими чертами должен обладать толерантный человек. Проведение тестирования «Толерантность». Стих «Что такое толерантность» читают по очереди.	http://www.suminayuliya.ru/dokument-sait/knigi/Psikhologicheskie_risunochnye_testy_dlya_detey_i_vzroslykh.pdf психологические рисуночные тесты для детей и взрослых
2.	Толерантность: путь к миру и согласию	4	2	2			
2.1.	Важна ли толерантность	1	0,5	0,5	Рефлексия	Рисунок толерантного	Уроки толерантности. Сб.

	в наше время?					человека. Обсуждение. Дискуссия «Нужна ли толерантность в наше время?». Упражнение «Свет мой зеркальце».	метод. мат-лов.
2.2.	Толерантная и интолерантная личность	1	0,5	0,5	Рефлексия	Упражнение «Угадай, кому письмо». Работа по группам «Черты толерантной и интолерантной личности».	Уроки толерантности. Сб. метод. мат-лов.
2.3.	Принципы толерантного поведения	1	0,5	0,5	Практическая работа	Упражнение «Комплименты». Учебный диалог «Принципы толерантности». Упражнение «Я с тобой не согласен». Групповая работа «Правило поведения для достижения цели». Обсуждение.	Уроки толерантности. Сб. метод. мат-лов.

2.4.	Границы толерантности	1	0,5	0,5	Рефлексия	Упражнение «Вспомните ситуации». Групповая дискуссия «Границы толерантности». Упражнение «Волшебная лавка».	Уроки толерантности. Сб. метод. мат-лов.
3.	Я и мои сверстники: премудрости общения	14	4,25	9,75			
3.1.	Ты, да я, да мы с тобой	1	0,25	0,75	Рисунок	Упражнение «Мое настроение». Групповой рисунок «Дерево». Анализ рисунков. Упражнение «Пожелание».	Хухлаева. Тропинка к своему Я.
3.2.	Мальчики + девочки = ...	1	0,25	0,75	Рефлексия	Упражнение «Звали, зовут, будут звать». Групповая работа «Мальчики глазами девочек. Девочки глазами мальчиков».	Хухлаева. Тропинка к своему Я.

						Анализ.	
3.3.	Болото стереотипов	1	0,5	0,5	Творческая работа	Учебный диалог «Что такое стереотип?». Творческая работа «Интересные люди». Упражнение «За и против». Игра «Клубочек стереотипов».	Хухлаева. Тропинка к своему Я.
3.4.	Как и почему начинаются ссоры?	1	0,25	0,75	Рефлексия	Работа в парах «Варежки». Обсуждение. Упражнение «Разожми кулак». Учебный диалог «Что такое ссора».	Хухлаева. Тропинка к своему Я.
3.5.	Основы бесконфликтно го общения	2	1	1	Памятка	Упражнение «Да и нет». Работа со схемой. Обсуждение пословиц. Работа в группах «Памятка бесконфликтн ого общения». Беседа	Хухлаева. Тропинка к своему Я.

						«Способы общения». Упражнение «Безоценочное суждение».	
3.6.	Как помириться после ссоры	1	0,25	0,75		Упражнение «Волшебная рука». Учебный диалог «Источники возникновения конфликта». Работа в парах «Простим друг друга».	Хухлаева. Тропинка к своему Я.
3.7.	Легко ли быть настоящим другом	1	0,25	0,75	Творческое задание	Чтение и обсуждение стиха «Монолог о дружбе». Упражнение «Дружба – это...» Учебный диалог «Что значит дружить?». Творческое задание в группах «Законы дружбы». Обсуждение.	Хухлаева. Тропинка к своему Я.
3.8.	Все мы разные	1	0,25	0,75	Рефлексия	Упражнение	http://sochi.edu.ru/u

						«Самый уникальный». Учебный диалог «Что мешает нам быть уникальными ?». Упражнение «Давайте пофантазируе м».	pload/docs/СБОРН ИК%20методическ их%20материалов %20ОВЗ.pdf СБОРНИК методических материалов
3.9.	И на солнце есть пятна	1	0,25	0,75	Рефлексия	Упражнение «Обнаружени е противоречий ». Игра «Акцент на лучшее». Обсуждение. Работа со сказкой «Маленький котенок».	Уроки толерантности. Сб. метод. мат-лов.
3.10.	Грани сходства	1	0,25	0,75	Рефлексия	Упражнения «Люди к людям», «Я люблю», «Чем мы похожи».Бесе да «Я и другие».	<a href="https://dumspb.ru/files/files/gruppo
vaja_splochennos
t_igry.pdf">https://dumspb.ru/ files/files/gruppo vaja_splochennos t_igry.pdf Фопель. Психологические игры и упражнения
3.11.	Учимся договариваться	1	0,25	0,75	Рефлексия	Упражнение «Плюсы и минусы». Учебный	Хухлаева. Тропинка к своему Я.

						диалог «Что такое переговоры? Компромисс? Работа с притчей.	
3.12.	Имею право	1	0,5	0,5	Творческая работа	Беседа «Ознакомление со статьями Всеобщей декларации прав человека». Обсуждение. Работа с иллюстрациями к сказкам. Игра «Лаборатория толерантности». Анализ игры.	Уроки толерантности. Сб. метод. мат-лов.
3.13.	Сделай счастье своими руками	1		1	Рефлексия	Упражнение «Аплодисменты». Учебный диалог «Правила толерантного общения». Дискуссия «Качества счастливого человека». Упражнение «Моя	http://sochi.edu.ru/upload/docs/СБОРНИК методических материалов

						гордость».	
4.	Отцы и дети	4	1	3			
4.1.	История моей фамилии	1	0,25	0,75	Рефлексия	Чтение и обсуждение стиха «Кем был твой прадед на Руси». Беседа «Моя фамилия». Упражнение «Моя родословная».	http://sochi.edu.ru/upload/docs/СБОРНИК%20методических%20материалов%20ОВЗ.pdf СБОРНИК методических материалов
4.2.	Ищу свои корни	1	0,25	0,75	Сочинение	Учебный диалог «Тайна фамилии». Сочинение «Что я знаю о своих предках?». Обсуждение.	Уроки толерантности. Сб. метод. мат-лов.
4.3.	Семейная реликвия	1	0,25	0,75	Выставка	Беседа о семейных реликвиях. Выставка «Семейные реликвии».	https://dumspb.ru/files/files/gruppovaja_splochnost_igry.pdf Фопель. Психологические игры и упражнения
4.4.	Диалог в семье	1	0,25	0,75	Рефлексия	Ролевая игра «Ситуация. Решение». Анализ. Обсуждение притчи «Ладная	http://sochi.edu.ru/upload/docs/СБОРНИК%20методических%20материалов%20ОВЗ.pdf СБОРНИК методических

						семья».	материалов
5.	Учимся сочувствию	4	1	3			
5.1.	Отношение к людям с ограниченным и возможностями	1	0,5	0,5	Рефлексия	Беседа «Люди с ОВЗ». Упражнение «Слепой и повадырь». Работа в парах «Имя». Анализ.	Уроки толерантности. Сб. метод. мат-лов.
5.2.	Умей принять	1			Практичес- кая работа	Упражнение «Психологиче- ские примеры». Практическое задание «Слепой. Глухой. Парализованн ый». Обсуждение.	Уроки толерантности. Сб. метод. мат-лов.
5.3.	Все мы похожи и непохожи	1	0,25	0,75	Рефлексия	Групповая игра «Пазлы». Анализ. Дискуссия «Каким будет мир...» Обсуждение.	Уроки толерантности. Сб. метод. мат-лов.
5.4.	Аллея доброты	1		1	Творческая работа	Упражнение «Общий ритм». Игра «Кто нуждается в помощи?».	Уроки толерантности. Сб. метод. мат-лов.

						Творческая работа «Поделись добротой»	
6.	Разные миры	3	1,25	1,75			
6.1.	Разноцветный мир	1	0,5	0,5	Рефлексия	Упражнение «Сходства и различия». Беседа-диспут о людях разных национальностей. Ответы на вопросы педагога.	Уроки толерантности. Сб. метод. мат-лов.
6.2.	Культура разных народов	1	0,5	0,5	Рефлексия	Упражнение «Давайте поздороваемся». Танцевально-двигательное упражнение «Танец 5 национальностей». Обсуждение.	Уроки толерантности. Сб. метод. мат-лов.
6.3.	Мы разные, но мы - Россия	1	0,25	0,75	Творческая работа	Работа с пословицами. Групповая работа «Дерево толерантности». Синквейн.	Уроки толерантности. Сб. метод. мат-лов.
7.	Толерантность как образ жизни	3	1	2			

7.1.	О милосердии	1	0,5	0,5	Рефлексия	Упражнение «Чьи ладони?». Беседа о милосердии. Подборка синонимов. Обсуждение ситуаций. Диспут «Нужно ли милосердие в повседневной жизни?».	http://sochi.edu.ru/upload/docs/СБОРНИК методических материалов
7.2.	Воспитание толерантности	1	0,25	0,75	Презентации	Упражнение «Ты – молодец, потому что...». Игра «Передай радость по кругу». Демонстрация презентаций.	http://sochi.edu.ru/upload/docs/СБОРНИК методических материалов
7.3.	Толерантность: мой выбор	1	0,25	0,75	Рефлексия	Упражнение «Ток». Игра «Шкатулка толерантности». Упражнение «Мир толерантности». Анализ.	Уроки толерантности. Сб. метод. мат-лов.
8.	Заключение. Я строю добрый мир	1	0,25	0,75	Рефлексия	Упражнение «Домино». Танцевально-	http://sochi.edu.ru/upload/docs/СБОРНИК%20методическ

						двигательное упражнение «Танец вдвоем». Подведение итогов работы.	их%20материалов %20ОВЗ.pdf СБОРНИК методических материалов
	Итого	34	11	23			

7 класс

№	Тема занятия	Количество часов			Виды, форма контроля	Формы деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	Теоре- ти- ческих	Пра кти- чески х			
	Введение Это «трудный» возраст	1	0,5	0,5	рефлексия		
1.	Мир эмоций	7	2	5			
1.1.	Я и мои чувства	1	0,25	0,75	рефлексия		http://ijevanlib.y-su.am/wp-content/uploads/2018/12/18830196.a4.pdf Немов .Психология. Т.1
1.2.	Учимся узнавать эмоции	1	0,25	0,75	рефлексия		https://dumspb.ru/files/gruppovaja_splochennost_igry.pdf Фопель. Психологические игры и упражнения

1.3 .	О пользе и вреде эмоций.	1	0,25	0,75	рефлексия		https://psytests.org/tags/kids.html тесты для детей и подростков
1.4.	Путешествие в «Страну Чувств»	1	0,25	0,75	рефлексия		http://www.lumara.ru/ «Сказкотерапия для всех»
1.5.	Чувства, которые мы скрываем	2	0,5	1,5	рефлексия		https://psytests.org/tags/kids.html тесты для детей и подростков
1.6.	Урок - обобщение	1	0,5	0,5	рефлексия		http://sochi.edu.ru/upload/docs/СБОРН ИК%20методическ их%20материалов %20ОВЗ.pdf СБОРНИК методических материалов
2	Чувства бывают разные	6	1,75	4,25			
2.1.	Мои страхи	2	0,5	1,5	рефлексия		https://dumspb.ru/fil es/files/gruppovaja_s plochennost_igry.pdf Фопель. Психологические игры и упражнения
2.2.	Злость и агрессия	1	0,25	0,75	рефлексия		https://dspace.kpfu.r u/xmlui/bitstream/ha ndle/net/21885/20_2 19_kl-000602.pdf Психология личности

2.3.	Что делать со злостью?	1	0,25	0,75	рефлексия		
2.4.	Как пережить обиду?	1	0,25	0,75	рефлексия		https://dumspb.ru/files/gruppovaja_s_plochennost_igry.pdf Фопель. Психологические игры и упражнения
2.5.	Урок-обобщение	1	0,5	0,5	рефлексия тестирование		https://psytests.org/tags/kids.html тесты для детей и подростков
3	Поговорим об эмпатии	5	1,5	3,5			
3.1.	Что такое эмпатия?	1	0,25	0,75	рефлексия тестирование		https://psytests.org/tags/kids.html тесты для детей и подростков
3.2.	Зачем нужна эмпатия?	1	0,25	0,75	рефлексия тестирование		https://dumspb.ru/files/gruppovaja_s_plochennost_igry.pdf Фопель. Психологические игры и упражнения
3.3.	Можно ли развить эмпатию?	2	0,5	1,5	рефлексия		http://ijevanlib.ysu.am/wp-content/uploads/2018/12/18830196.a4.pdf f Немов .Психология. Т.1

3.4.	Урок- обобщение	1	0,5	0,5	рефлексия		https://dspace.kpfu.ru/xmlui/bitstream/handle/net/21885/20_2_19_kl-000602.pdf Психология личности
4.	Как выражать свои чувства?	5	1	4	рефлексия		
4.1.	Способы выражения чувств	2	0,5	1,5	рефлексия		https://dumspb.ru/files/gruppovaja_splochennost_igry.pdf Фопель. Психологические игры и упражнения
4.2.	«Я – высказывания»	1	0,25	0,75	рефлексия		http://sochi.edu.ru/upload/docs/СБОРНИК%20методических%20материалов%20ОВЗ.pdf СБОРНИК методических материалов
4.3.	Учимся говорить комплименты	1	0,25	0,75	рефлексия		https://dumspb.ru/files/gruppovaja_splochennost_igry.pdf Фопель. Психологические игры и упражнения
4.4.	Урок- обобщение	1		1	рефлексия		https://psytests.org/tags/kids.html тесты для детей и подростков

	Заключение	1	0,5	0,5	рефлексия		<a href="http://sochi.edu.ru/upload/docs/СБОРН
ИК%20методическ
их%20материалов
%20ОВ3.pdf">http://sochi.edu.ru/u pload/docs/СБОРН ИК%20методическ их%20материалов %20ОВ3.pdf СБОРНИК методических материалов
	Итого	25	7,25	17,75			

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Материалы для обучающихся

1. Практическая психология в тестах, или как научиться понимать себя и других. – М.: АСТ-ПРЕСС, 2019.
2. Я познаю мир: Детская энциклопедия: Психология. – М., 2003г.

Методические материалы для педагога

1. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе. – М.:Совершенство, 1997.
2. Глухова Т.Г. Арт-терапия. – Самара: СИПКРО, 2001г.
3. Изард К.Е. Эмоции человека. – М., 1989.
4. Казанский О.А. Игры в самих себя. – М., 1994.
5. Ковалев А.Г. Психология личности. – М.: Просвещение, 1970.
6. Козлов Н. Лучшие психологические игры и упражнения. Екатеринбург: Издательство АРД ЛТД, 1997.
7. Козлов Н. Формула успеха или философия жизни эффективного человека. – М.: АСТ-ПРЕСС КНИГА, 2003.
8. Коломенский Я.Л. Человек: психология. – М: Просвещение, 1980г.
9. Микляева А. Я – подросток.– Санкт-Петербург, 2003г.
- 10.Немов Р.С.Психология. – М.: Просвещение, 1995.

- 11.Немов Р.С. Практическая психология (Познание себя. Влияние на людей). Пособие для учащихся. – М: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС. 1999г.
- 12.Практическая психология в тестах, или как научиться понимать себя и других. – М.: АСТ-ПРЕСС, 2019.
- 13.Психология. Под ред. проф. В.А.Крутецкого. – М.: Просвещение, 1974.
- 14.Райгородский Д.Я. (редактор-составитель). Психология личности. Т.1. Хрестоматия. – Самара: Издательский дом «БАХРАХ», 1999.
- 15.Райгородский Д.Я. (редактор-составитель). Практическая психодиагностика. – Самара: Издательский Дом «БАХРАХ», 1998.
- 16.Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. – Спб., 2020.
- 17.Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст: Проблемы становления личности. – М., 1994.
- 18.Рогов Е.И. Психология общения. – М.: Гуманитарный изд. центр ВЛАДОС, 2005.
- 19.Турусова О.В. Психология в вопросах, задачах и упражнениях. - Самара: Самарский университет, 1994.
- 20.Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. В 4-х томах. – М: Генезис, 2000г.
- 21.Хухлаева О.В. тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (5-6 классы). – М.: Генезис, 2006.
- 22.Цукерман Г.А., Мастеров Б.М. Психология саморазвития. – М.: Интерпракс, 1995.
- 23.Я познаю мир: Детская энциклопедия: Психология. – М.: ООО «Издательство АСТ», ООО «Издательство Астрель», 2003.

Цифровые образовательные ресурсы

1. [Хухлаева. Тропинка к своему Я.](#)
2. <https://iqclub.ru/tests> тесты для детей
3. <https://psytests.org/tags/kids.html> тесты для детей и подростков

4. https://dumspb.ru/files/files/gruppovaja_splochnost_igry.pdf Фопель.
Психологические игры и упражнения.
5. http://www.nicevt.ru/wp-content/uploads/2019/10/nemov_r_s_psihologiya_kniga_1.pdf Немов С.Р.
Психология
6. <http://www.lukoshko.net/> «Лукошко сказок»
7. <http://www.lumara.ru/> «Сказкотерапия для всех»
8. http://www.sumina-yuliya.ru/dokument_sait/knigi/Psikhologicheskie_risunochnye_testy_dlya_detey_i_vzroslykh.pdf
психологические рисуночные тесты для детей и взрослых
9. <https://coollib.com/b/265611-alina-goldnikova-horoshie-maneryi-v-risunkah-i-primerah/readp?p=1> Хорошие манеры в рисунках и примерах [Алина Гольдникова]
10. [Уроки толерантности. Сб. метод. мат-лов.](#)
11. <http://sochi.edu.ru/upload/docs/СБОРНИК%20методических%20материалов%20ОВЗ.pdf>
СБОРНИК методических материалов
12. <http://ijevanlib.ysu.am/wp-content/uploads/2018/12/18830196.a4.pdf> Немов .Психология. Т.1

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Помещение для занятий.

Помещение должно быть просторным, удобным, с хорошей освещенностью, с естественным доступом воздуха. Столы и стулья должны быть расставлены таким образом, чтобы дети могли хорошо видеть друг друга и ведущего, чтобы психолог мог свободно подойти к каждому. Занятия включают в себя элементы социально-психологического тренинга, поэтому проводятся в кабинете, где участники могут свободно располагаться, передвигаться, в кабинете обязательно должно быть свободное место для того, чтобы обучающиеся смогли сесть в круг.

2.Вспомогательные принадлежности:

- компьютер,
- колонка,
- проектор,
- экран,
- карандаши, фломастеры, маркеры,
- тетради,
- вырезки из журналов,
- альбомные листы,
- мяч,
- доска, мел,
- плакаты, таблицы и рисунки к урокам,
- мягкие игрушки цветочек, сердечко,
- раздаточный материал.